ZAMAN 6 MAYIS 2006 CUMARTESİ SAYI: 178 ZAMAN'LA BİRLİKTE SATILIR ailem.zaman.com.tr

ailem

ÖNCE BAYAT EKMEK!

BİR DİLİM EKMEK ÇÖPE GİTMESİN



137 ÜLKEDE UĞUR ÜRÜNLERİ BEĞENİYLE KULLANILIYOR.



TEKNOLOJİDEN **YANA** KALİTEDEN **YANA** ÇEŞİTTEN **YANA**

UĞUR

DÜNYANIN TERCİHİ UĞUR DERİN DONDURUCUDAN YANA

Yıllardır Dünyayı soğutuyor,
mevsimleri donduruyoruz.
Yıllardır ürettiğimiz
derin dondurucuları
137 ülkeye ihrac ediyor;
hanımların haklı övgülerini alıyoruz.
Yıllardır Uğur'un işi gücü
derin donducuyu
herkesten daha iyi üretmek.
Bu yüzden,

DÜNYA
DERİN DONDURUCU
DEYİNCE
UĞUR DİYOR.



UĞUR SAĞLIKTAN **YANA**, UĞUR İNSANDAN **YANA**

ŞİMDİ
UĞUR DERİN DONDURUCU ALANLAR,
1 YIL BOYUNCA,365 GÜN, 24 SAAT ÜCRETSİZ ACİL SAĞLIK HİZLETİYLE
MEDLİNE GÜVENCESİNDE...



DETAYLI BİLGİ İÇİN
0.232. 421 45 00 •0.212. 473 30 00













Devlet Yolu No :36 NAZİLLİ
TEL: (256) 316 10 00 (pbx) - FAX: (256)316 10 31
Beşyol fabrikalar cad. No:13 SEFAKÖY / İSTANBUL
TEL: (212) 624 32 28 - 5hat FAX: (212) 541 96 36
www.ugur.com.tr • ugur@ugur.com

UĞUR



İÇİNDEKİLER

ZAMAN ailem

6 MAYIS 2006 CUMARTESİ SAYI: 178

Feza Gazetecilik A.Ş. Adına İmtiyaz Sahibi	Ali Akbulut
Genel Yayın Müdürü	Ekrem Dumanlı
Yayın Danışmanı	Hamdullah Öztürk
Yayın Editörleri	Serhat Şeftali Mustafa Aydın Şemsinur B. Özdemir
Katkıda Bulunanlar	Ali Demirel Süleyman Sargın
Tasarım	Mehmet Şimşek
Kapak	Orhan Nalın
Sorumlu Müdür ve Yayın Sahibinin Temsilcisi	Ali Odabaşı
Reklam Satış Yöneticisi	M.Süleyman Başaran s.basaran@zaman.com.tr 0 212 454 82 25
Yayın Türü	Yerel Süreli

Zaman Gazetesi 34194 Yenibosna/İstanbul
Tel: 0212 454 1 454 (pbx) www.zaman.com.tr
Baskı: Feza Gazetecilik AŞ Tesisleri

http://ailem.zaman.com.tr
Öneri ve teklifleriniz için: ailem@zaman.com.tr

İftira ve suizannın sonuçları

Çok değerli bir evi ucuza kapatmayı düşünen mafya, evin sahibini tehditle çıkaramayacağını anlamıştı. Tehditle evin sahibini korkutabilirlerdi belki; ama mahallede oluşabilecek tepki, işlerini zorlaştıracaktı. Ucuza kapatayım derken, işe polis karışabilirdi. Bunun için daha farklı bir yolu denediler; evin sahibinin itibarını mahallede yerlere indirip, adamı sevilmeyen bir insan haline getirebilmek için çalıştılar. Bunun için bir iki dedikodu yaymak yeterli olacaktı. Böylece adamı tehdit ettiklerinde arkasında kimseyi bulamayacaktı.

***

İnsanların itibarlarıyla oynamak, bazen bir kişiyi, bazen bir topluluğu, bazen de bir kurumu yıpratmak için kullanılır. Kimse dedikoduyu yayana bakmaz; çoğu zaman da doğruluğunu araştırmaz. Kimin hangi niyetle sizi dövdüğünü ya da sizi dövdüreceğini anlayamazsınız.

***

Hırs insanın gözünün önüne perde çeker. Böyle durumlarda doğruyla yanlış ayırt edilemez. Halüsinasyonlar o kadar çok vizyona sunulur ki; yalanlar olur doğru... Halbuki bir konuda bir şeyler söyleniyorsa; söyleyenle söyletene bakmak gerekir. Amaçla aracı da göz ardı etmemelidir.

Birçok aile faciasının ardında şöyle bir itiraf duyarız:

"Bizi falanca mahvetti. Onun dedikoduları yüzünden karımla aram açıldı. Dedikodulara inanıp, öfkelendim ve işte sonuç; karımı öldürdüm. Bir dedikoducu hayatımızı yıktı!"

Bazen bu sonuca lafı getirip götüren de maruz kalır. Olmamış şeyler olmuş gibi mahallede konuşulduğu için öfke nöbetleri değdiği her yeri yakar-yıkar.

Aileleri dedikodular yiyip bitirir de topluma zararı olmaz mı bu durumun? Tabii ki olur. Kahvehane köşelerinde, sözünü bilmeyen akrabalardan duyulan aslı astarı olmayan bilgiler insanların evlerinin yıkılmasına yol açar. Öyle anlar olur ki, çoğu kez masum bir insan toprağa, zavallı çocuklar sokağa, olaya sebep olan insansa mapushaneye düşer. Anlayışsız aileler, her an yıkılmaya nazır evlilikler, mutsuzluk getirir. Sözü taşıyanlar, yaptıkları kötülükleri bir başkası üzerinde tatbik etmek için hedef değiştirir dururlar.

Bir kimsenin herhangi bir konudaki iddia ve ithamlarının arkasında ne olduğunu bilmek bu açıdan önemlidir. Sizin ailenize kasteden, yuvanızı yıkmayı hedefleyen, inandığınız ideal ve değerlere zehirli oklar gönderenlerin "doğru"luğunu, "samimiyet"ini, şimdiye kadar "ne yapmış olduğu"nu araştırmadan iddialara kanmak dürüst insanın vasfı değildir.

Çalıp çırpıp suçu mahallenin delisine yüklemek kadar kolay bir iş var mıdır? Mahalleli öfkelenip adamı linç etmeye kalktığında suçluların da vuranlar arasında olduğunu görebilirsiniz. Kimse işin gerçek yönünü bilemez. Aileyi yıkan suizanlar, önyargılar milleti de bölen, örseleyen unsurlardan biridir. Huzura çomak sokan parmağı yakalasanız bile kolun ve vücudun kime ait olduğunu çözmek için, bir mum yakmanız gerekir. "Kimliğim bilinmesin" diye her yaktığınız mumu üfleyerek söndüren suçluyu teşhis etmek için bir nefeste sönmeyecek kadar kuvvetli aydınlatıcılara ihtiyaç vardır.

Serhat Şeftali | s.seftali@zaman.com.tr

BİR HADİS

اَلصَّدَقَةُ تُطْفِئُ الْخَطِيئَةَ
كَمَا يُطْفِئُ الْمَاءُ النَّارَ

Es-sadakatü tutfiü'l-hatîete kemâ yutfiü'l-mâü'n-nâr

"Su nasıl ateşi söndürüyorsa sadaka da hataları öyle siler süpürür." (Tirmizi, İman, 8, Cuma, 79; İbn Mace, Zühd, 22, Fiten, 12; Müsned, 3/321, 399, 5/231)

Kur'an'ı nasıl okuyoruz?

Kur'an okurken, Cenâb-ı Hakk'tan alınan bir şeyi yeniden O'na veriyor olma ve O'nun emanetini tekrar O'na sunma şuuruyla okumak çok önemlidir. Bu ilahi kelamı, yine O'na arz ediyor olmak ve Allah'ın huzurunda bulunma şuuruyla okumak gerekir. Okuduğumuz kelimeleri gönlümüzde duya duya içimize mal etmiş olarak, "Rabb'im, Senden aldığım şeyleri, doğru aldım mı alamadım mı bilemiyorum, Senin huzurunda tekrar ediyorum, Efendimiz'e arz ediyorum, tâ ki yanlışlarımı tashih edeyim, muhtevayı tam öğreneyim." duygusuyla dolu olmamız gerekmektedir.

Bütünü bunları duyunca nefis ve şeytan bizleri kandırıp "Madem istenen seviyede yapamıyorsun, öyleyse Kur'an okumanın ne manası, ne faydası var" diyebilir. Bizim yapmamız gereken her şeye ve onca eksiğimize rağmen ısrarla Kur'an okumaktır. Ama esas olan hem duygu ve düşüncede hem de usulde doğru dürüst okumaktır. Bir öğrenci, hocasının önünde ders anlatırken nasıl bir hassasiyet ve titizlikle davranır, kullanacağı kelimeleri nasıl bir saygıyla seçer ve telaffuz ederse, biz de Kur'an tilavet ederken, Allah'tan aldığınız bir şeyi yine O'na iade ediyor gibi, Efendimiz'den duyduğumuz bir hususu Efendimiz'in huzurunda tekrarlıyor gibi bir ruh haletini yakalamaya çalışmalıyız.

Bunca beddua eden varken...

Malik bin Dinar, Basra valisinin huzuruna çağrılmıştı. Vali, ona:
- Bize dua et, demişti.
Malik bin Dinar, valiye şu ikazı yaptı:
- Kapında yüzlerce mazlum sana beddua ederken, benden dua mı umuyorsun?




Her şey Allah'ı anlatıyor

Her sanat eseri, bir sanatkârlık iş ve faaliyetini gösterir. Bir saray, saray yapma işine; bir nakış, nakış işlemeciliğine; bir halı, dokumacılığa; bir şiir, nazım yapma işine delalet eder. Bu mükemmel ve ölçülü işlerden her biri de bunlara esas teşkil edecek sanatkârlığı ifade ederler. Evet, Süleymaniye Camii'ni görüp mimarını düşünmemek; Keops Piramidi'ne bakıp arkasındaki dimağı inkâr etmek; göz kamaştırıcı yaldızlarla süslü bir eseri seyredip onu ortaya koyan elleri görmezlikten gelmek; mükemmel bir şiiri görüp şaire hayır demek; harika bir besteyi dinleyip bestekârı reddetmek divanece bir hezeyandır. Yeryüzünü, hatta kâinatları dolduran bunca harika eser, her biri bir sürü iş ve tasarrufu, bu mükemmel iş ve tasarruflar ise, apaçık bir kısım kusursuz sıfatları, bu sıfatlar ise her şeyiyle mükemmel bir Zat'ı kör gözlere dahi göstermektedir. İşte her biri birer muntazam eser olması itibarıyla âlemdeki her varlık, mükemmel birer fiile, o fiiller de bir kısım kudsi isim ve sıfatlara, o isim ve sıfatlar da her şeyiyle harika, ilim ve iradesiyle her şeyin yanında, herkese her şeyden daha yakın bir Zat'ı ışığın güneşi gösterdiği gibi gösterip ispat etmektedir.






FOTOĞRAFLAR: M. YAŞAR DURUKAN, REUTERS, AA

Senin rızan için yapmışsak ne olur bizi kurtar!

Efendimiz (sallallâhu aleyhi ve sellem)'in kutlu beyanlarından bir ihlâs destanı:

"İslamiyet'ten önceki devirlerde üç arkadaş yolculuğa çıktı. Akşam olunca geceyi geçirecek bir yer aramaya başladılar. Sonunda küçük bir mağara bulup içine girdiler. Onlar içeride istirahat ederlerken dağdan büyük bir kaya parçası yuvarlanarak mağaranın ağzını kapattı. Kaya büyüktü. Çıkış imkânsız görünüyordu. Ne yapacaklarını düşündüler. Sonunda birinin aklına bir fikir geldi: 'Arkadaşlar! Herkes hayatında halisane yaptığı bir iyiliği anlatsın ve o iyilik hürmetine Allah'a bizi kurtarması için dua etsin."

Ana-babama olan saygım hürmetine!

'Allah'ım! Sen de biliyorsun ki benim yaşlı bir annem ve babam vardı. Onlara çok hürmet gösterirdim. Onlara yedirmeden yemez, içirmeden içmezdim. Bir gün odun toplamaya gittiğimde çok uzaklaşmıştım, bu yüzden eve geç geldim. Annem ve babamın sütünü geciktirmemek için hemen sütü sağdım. Sütlerini hazırlayıp içeri girdiğimde onların uyumuş olduklarını gördüm. Sütlerini içmeden uyuyakalmışlardı. Onlara yedirip içirmeden ne ben ne çocuklarım bir şey yiyip içebilirdik. Bu durumda çocuklarıma da süt içirmek istemedim. Elimde süt çanağı onların uyanmasını beklemeye başladım. Sabaha karşı uyandıklarında hâlâ ayakta bekliyordum. Sütlerini içirdim ardından çocuklarım ve ben de sütümüzü içtik. Allah'ım! Ben bunu Senin rızan için yapmışsam ne olur bizi bu durumdan kurtar." dedi. Kaya hafifçe açıldı; ama oradan çıkış mümkün değildi.

Seni hatırlayınca vazgeçtim

'Allah'ım! Sen de biliyorsun ki, amcamın bir kızı vardı ve ben onu çok seviyordum. Fakat o beni istemiyordu. Anne ve babası ölmüşlerdi, kimsesi yoktu; maddi sıkıntı içindeydi. Âdeta kıtlık çekiyordu. Bir gün gelip benden bir miktar borç para istedi. Ben de ona vereceğim para karşılığında çirkin bir teklifte bulundum. Çaresizlikten bu ahlaksızca teklifimi kabul etmek zorunda kaldı. Ona yüklü miktarda para verdim. Tam ona kötülük yapacağım sırada bana 'Allah'tan kork!" dedi. Bunun üzerine ona kötülük yapmaktan vazgeçtim. Verdiğim parayı da ona bıraktım. Allah'ım bunu Senin rızan için yapmışsam ne olur bizi buradan kurtar!" diye dua etti. Kaya açıldı. Fakat çıkış hâlâ imkansızdı.

Kul hakkı diye yemedim

'Allahım! Sen de biliyorsun ki ben zengin bir adam idim. Yanımda çokça işçi çalıştırırdım. Ücretlerini de hemen verirdim. Ancak bir gün işçilerden biri ücretini almadan çekip gitti. Ben de onun hakkı olan parayı çalıştırdım. Onunla ticaret yaptım. Aradan uzun zaman geçti, bu para büyük bir servet haline geldi. Bir gün o işçi çıkageldi bana:

- "Ey Allah'ın kulu! Eskiden senin yanında çalışmıştım.Ücretimi almadan gitmiştim. Ücretimi istiyorum" dedi. Ben de ona:

- "Şu gördüğün develer, koyunlar ve hizmetçiler hepsi senin." dedim. Adam:

- "Benimle alay etme bana yevmiyemi ver".dedi.

- 'Alay etmiyorum hepsi senin. Senin adına ticaret yapıp paranı bir servet haline getirdim. Mallarını götürebilirsin." dedim.

Bunun üzerine adam malların hepsini alıp gitti. Allah'ım! Bunu senin rızan için seni memnun edebilmek amacıyla yaptım. Ne olur bizi buradan kurtar!" diyerek duasını tamamladı.

Bunun üzerine kaya tamamen açıldı ve üç yolcu yürüyerek mağaradan çıkıp gittiler." (Buhari, Buyû 98, İcare 12, Enbiya 53, Edeb 5; Müslim, Zikir 100)

FOTOĞRAF: AP



Terzinin tövbesi

Bir terzi, Allah dostlarından birine sorar:

- "Can gırtlağa geleceği ana kadar Allah kulunun tövbesini kabul eder." hadisi hakkında ne buyurursunuz? Allah dostu soruya soruyla karşılık verir:
- Ne iş yapıyorsun?
- Terziyim, elbise dikiyorum.
- Terzilikte en kolay şey nedir?
- Makası tutup kumaş kesmektir.
- Kaç senedir bu işle meşgulsün?
- Otuz senedir.
- Canın gırtlağına geldiğinde kumaş kesebilir misin?
- Hayır, kesemem!
- Bir müddet zahmet çekip öğrendiğin ve otuz sene kolaylıkla yaptığın bir işi o anda yapamazsan, hayatında hiç yer vermediğin tövbeyi nasıl yapacaksın? Bugün gücün yerindeyken tövbe et ki kaybedenlerden olmayasın!

Namazım namaz mı?

İnsan yapacağı ibadetleri, onlardan elde edeceği feyze ya da zevke bağlamamalıdır. Bazen namazlarımızı kabz halinde yani ruhumuzun sıkıldığı, gönlümüzün daraldığı bir anda eda ederiz. Zahire göre ve acele bir hüküm verilecek olursa böyle bir namaz hakkında kötümser düşünebiliriz. Halbuki bu namaz belki de en makbul namazlarımızdan biri olmuştur. Zira maddi manevi füyuzat hislerinden sıyrıldığımız bir anda bile kulluğumuzu unutmamış ve Cenab-ı Hakk'ın huzuruna gelmişizdir. Haz ve lezzet adına hiçbir avans almadan sadece emredildiği için kulluk yapmak ihlasın ta kendisidir. Ancak bu gerçekler bizi namazın tadil-i erkanına karşı hassasiyetten alıkoymamalıdır. Zira tadili erkan (namazı bütün rükünlerin hakkını vererek kılmak) İslam alimlerinin çoğuna göre farzdır.

Salih Yusufoğlu
s.yusufoglu@zaman.com.tr

BİR TEKLİF

Mektup adresi: Ailem Dergisi
(Salih Yusufoğlu) Zaman Gazetesi
34194 Yenibosna/İstanbul

Ailem dostlarına teşekkür

'Hayat ışığı öğretmenler' kampanyamıza yine büyük ilgi gösterdiniz. İlginize teşekkürlerimizi sunarken ilk mektuplarımızla sizleri başbaşa bırakıyoruz.



FOTOĞRAF: REUTERS

Öğretmenliğin ızdırabını öğretmen olunca anladım

1978 yılıydı. Antalya'nın kenar mahallelerinde bir okul. Okula yeni bir öğretmen gelmişti. Sınıfları bölerek beni yeni öğretmenin ders vereceği sınıfa yazdırdılar. Rabia Öğretmen 4 yıl okuttu beni. İlkokuldayken çok haşarı bir öğrenciydim, her gün bir kavganın içinde mutlaka olurdum. 5.sınıftan mezun olunca Rabia öğretmen benim, ısrarla öğretmen lisesi sınavına katılmamı istiyordu. Annemi ve babamı ayrı ayrı çağırıp konuşarak beni sınava yazdırdı. Çok inat ettim sınava girmemek için; ama iki sınava da girip öğretmen lisesini kazandım. Rabia öğretmenin vesilesi ve ısrarıyla önce liseyi ardından üniversiteyi bitirdim ve öğretmen oldum. Öğretmen olunca bir öğretmenin öğrenci için neden bu kadar ısrarcı olabileceğini anladım. Eğer Rabia öğretmen ısrarcı davranmasaydı ben bugün belki de bir öğretmen değildim ve şu anda ülkemin çocuklarına hizmetten uzakta kim bilir ne hâlde olurdum. Ellerinden öperim cefakâr Rabia öğretmenim. **Adem Karaca, Yalvaç, Isparta**

Bana Kur'an'ı sevdiren Pınar hocam

Ona her baktığımda Resulullah gelirdi aklıma. Hal ve hareketleriyle O'nu yaşar ve adeta O'nu anlatırdı tavırlarıyla. Öğretmenimi tanımadan önce ne Rasulullah için ağlamanın nasıl bir duygu olduğunu bilirdim ne de Cevşen okuyup dua etmeyi. Dua edemezdim ağlayarak onu tanımadan önce. Ben Pınar hocamdan öğrendim Allah ve Resulü'nün sevdasını... O Türkiye'nin ihtiyacı olan öğretmenin ta kendisiydi bana göre... Hem dinini yaşıyor hem de derslerimizde başarılı olmamamızı sağlıyordu. Hele hamilelikte bebeğini düşürdüğü zamanki teslimiyeti beni çok derinden etkilemişti. Ziyaretine gitmiştim, gülümsüyordu nurani çehresiyle. Ve odasında gözüme ilk çarpan başucundaki 'Hastalar Risalesi' ve 'Kuran'an-ı Kerim'di. Kur'an onun en zor zamanlarında sığındığı en emin liman oluyordu. Ben de ondan öğrendim her durumda Rabbülalemine yönelinmesi gerektiğini. Onun sayesinde 5 vakit namaz kılıyorum ve Kur'an-ı Kerim okuyorum. Rabbim herkese böyle bir Pınar hoca nasib etsin. İnşallah cennette de beraber oluruz hocam. **Elif Çakran, Antakya, Hatay**



noble life®

Anneler Gününüzü Kutlar









MERKEZ (0212) 512 73 10 • İSTANBUL (AVRUPA YAK) ATALAY 593 41 34 • DENİZ 548 19 61 • SANDIK 0212 21 09 • KOSOVA 872 70 80 • EFNAN 659 59 70 • GALERİ İRFAN 509 88 88 • PAPİLLA 434 54 27 – 593 75 13
4K 639 86 81 • UFUK 520 83 38 • İLERİ 534 79 14 • İNCİ 232 61 20 • POYRAZOĞLU 635 02 47 • (ANADOLU YAK.) AYDIN KRİSTAL 457 78 19 • ÖZER 310 86 57 • TEKİNLER 461 55 98
PAPİLLA 565 71 01 • ADANA EMİN 352 36 99 • ÖZEN 365 07 72 • AFYON FATİH 215 10 09 • DÜNYA 214 52 98 • AMASYA GONCA 218 17 23 • ANKARA ALP BİL. 418 20 77 • BUKET ÇEY. 223 38 94 • BENCE 309 10 15
MURAT 363 31 63 • ANTALYA DENİZ 334 73 98 • GÜRDAL 248 07 77 • AYYILDIZ 241 26 05 • BELVÜ 513 46 76 • ARTVİN CEM 312 41 60 • AYDIN GÖNÜL 225 80 93 • OKAN 214 06 93 • GENÇLER 213 41 85
BAKIRCILAR 212 96 97 • AYTUR 315 30 73 • BALIKESİR GİRESUNLUOĞLU 241 19 17 • USTALAR 243 65 84 • HUZUR 865 63 90 • HİLAL 714 12 49 • BİLECİK ERKOÇ 314 72 72 • BİNGÖL YILDIZ 711 21 27
BOLU ÖZDEMİR 215 51 94 • ALIŞANLAR 217 61 62 • ŞAFAK 311 55 94 • BURDUR ATASEVER 233 25 72 • BURSA TEKNO HOME 221 29 80 • OCAK KARDEŞLER 222 58 53 • BIÇAKÇI 573 44 84 • HALI DÜNYASI 211 36 96
KUMRU 255 38 33 • SIMGA 245 95 44 • KERVAN 613 11 03 • ÇANAKKALE SABIR 566 87 01 • NALÇALAR 316 37 27 • GÖZDE 565 03 60 • DENİZLİ AYTUR 265 78 24 • GÜRLESİN 261 53 87 • LEVENT 264 51 14
GÖKKUŞAĞI 263 42 09 • DİYARBAKIR KAPLAN 224 80 75 • HİCRET 228 78 55 • YÜCE 251 78 36 • ALTAŞ 223 00 50 • EDİRNE TAN 225 38 76 • MESA 518 14 15 - 715 32 18 • SAYAN 714 96 12
ELAZIĞ MUTFAK CEN. 237 65 47 • ERZİNCAN İTİMAT 223 66 91 • ERZURUM ÖZ-SU 234 93 91 • KAFKAS 213 36 40 • KUZAŞ 243 40 05 • ESKİŞEHİR DENGE 234 91 96 • YUNUS 223 46 99 • ÇOLAK KARD. 231 55 34
ÜNVERDİLER 231 63 04 • GAZİANTEP MANSUR 232 40 97 • HÜNER CAM 230 88 29 • İÇÖZ 230 72 67 • GİRESUN YERİŞLER 214 07 26 • Ş.KAYA 314 22 13 • HATAY NEJAT 215 13 29
UÇARLAR 712 93 91 • İMREN 512 81 18 • AVCI 216 01 16 • ISPARTA GÜLPAŞ 223 27 00 • S.ÖCAL 223 60 64 • İZMİR HAYBER 329 00 03 • PEKMEZCİ 484 71 40 • AYTUR 261 54 84 • AKEV 342 29 31 • ÇELİK HALI 330 08 89
DEĞİRMENCİ 453 40 00 • UYGUN 484 52 37 • GALERİ KARDEŞLER 365 21 64 • ÜLKÜ 483 20 20 • KOLCULAR 856 29 37 • DAMLA 892 32 56 • KAYSERİ ASİLLER 222 29 85 • İST.PAŞABAHÇE 223 89 62 • ALMER 221 10 00
MEGA 336 18 47 • HASTEL 225 18 72 • CHAMPION 241 35 47 • KIRKLARELİ MODA 212 45 55 • GÜNDÜZ 214 62 67 • BİRCAN 318 23 34 • MESA 412 01 89 • KOCAELİ SEVER 331 61 41 • SEMA 527 77 30
EVGER 331 86 40 • KONYA ZARİF 350 89 97 • GARİP 712 24 39 • KÜTAHYA MEVSİM 222 25 48 • LÜTUF 231 86 26 • GİRGİN MALATYA YAGMUROĞLU 324 47 42 • AYDOĞAN 326 32 26 • DOĞAN 321 93 46 • GÜL 324 61 42
KAZANCI 322 20 78 • MANİSA KADIOĞLU 238 93 74 • KANTARLI 415 02 21 • AYTUR 313 23 92 • K.MARAŞ ÖZKÖMEÇLER 224 22 67 • MARDİN GÖKALP 462 39 19 • MUĞLA MEHMET ZÜC. 316 31 51 • NİĞDE ÖZERLER 232 43 24
ORDU KRİSTAL 323 33 73 • PAMAY 423 45 61 • NEZİRLER 225 29 32 • RİZE RİPA 214 73 10 • KOÇ 214 88 69 • MURADOĞLU 21747 72 • SAKARYA AKTER 273 05 66 • EMRE 281 08 73 • SAMSUN MERCAN 435 45 20
SAM.ÇARŞI 432 02 07 • ÖZGÜN 447 28 34 • GÜNDAY 572 44 64 • ALVER 833 75 75 • SİNOP NURER 260 23 37 • SİVAS YILDIZDAĞ 226 11 96 • TEKİRDAĞ SERDAR 263 99 50 • ÖNDEROĞLU 427 01 31 • EVVEEV 654 10 61
ÜNAL 654 88 36 • BİLECEN 768 45 86 • TOKAT FARUK 212 91 25 • BAŞAR 715 20 37 • TRABZON ORHAN 321 58 68 • HUZUR 841 57 08 • UŞAK FATİH 215 16 50 • DÜNYA 212 27 05 • KÜÇÜKLER 215 31 07
VAN YÖRÜKLER 216 74 45 • YOZGAT AKÇA 212 56 18 • ZONGULDAK ÇENBERCİ 253 03 84 • DÖKMEN 253 10 23 • UZALDILAR 615 12 14 • YAVUZ 378 25 77 • AKSARAY DOĞAN 213 73 00 • COŞARLAR 213 27 23
KIRIKKALE GENEPAR 225 57 65 • BARTIN GÜRKAN 227 01 72 • YALOVA ÇANKAYA 814 14 72 • KARABÜK EVGER 424 57 00 • DÜZCE BIÇAKÇIOĞLU 514 20 80 • İSTANBUL ZÜC. 611 58 92 • ERSA 524 93 93

LÜTFEN, ÖNCE BAYAT EKMEK!

Bir tek dilim ekmek çöpe gitmesin



FOTOĞRAF: AYTEN KAYA

■ **NERGİHAN ÇELEN**

Ekmek, Türk mutfak kültürünün vazgeçilmez bir unsuru. Sadece sulu yemek ile değil, pilav, börek ve makarnanın yanında da sevilerek tüketilen ekmek, bu verilen önemine rağmen israf ediliyor. Yapılan araştırmalara göre, İstanbul'da günde ortalama 3 milyon adet ekmek çöpe gidiyor. Bütün ülkedeki günlük ekmek israfı ise 15 milyonu buluyor. Birçok insan bayatlayan ekmeği çöpe atmak istemese bile nasıl değerlendireceğini bilmediği için israf ediyor. Hâlbuki bayat ekmekle hazırlanabilecek o kadar çok yiyecek var ki. Basit tariflerle çok lezzetli ve güzel yemekler yapmak mümkün. Sadece bayat ekmeğin kullanım şartları veya değerlendirme noktalarının bilinmesi gerekiyor. Sefertası Hareketi adıyla kurulan bir sivil toplum kuruluşu bu israfın önüne geçebilmek için kampanyalar düzenliyor.

Nadir Güllü ve Sefertası Hareketi Yürütme Kurulu Başkanı Sinan Topçuoğlu amaçlarının israfı önlemek olduğunu söylüyor. Ekmek israfının toplumsal bir sorun olduğuna dikkat çeken Nadir Güllü, bu sorunun mutlaka önüne geçilmesi gerektiğini belirtiyor. Çocukların bayat ekmek yemek istemediğini ifade eden Güllü, "Bayat ekmeği, başta çocuklar olmak üzere kimse yemek istemiyor. Bunun için ekmeğe değişik şekiller ve tatlar vererek sunum yapılmalı." diye konuşuyor.

Ekmek tasarruf klavuzu

Soğumuş ekmek, bayatlamış demek değildir. Ekmek israfını önlemek için, her şeyden önce soğuk ekmeği bayat kabul etmemek gerek. Orta derecede bayat ekmek, taze ekmekten daha az lezzetli olmasına rağmen, daha az besleyici değildir.

Tüketebilecek kadar ekmek alınmalı

Her gün aynı miktarda ekmek alma alışkanlığı yanlıştır. Bazı günler, yemek türüne göre, ekmek ihtiyacı daha az olabilir. Örneğin, makarna veya börek ile birlikte daha az ekmek tüketilir. Ekmeği fırından yeni çıkmışken alıyorsanız, tazeliğin cazibesine kapılıp ihtiyaçtan fazla almamalıdır.

TARİFLER

Ekmek çorbası

150 gr ekmek içi, 200 gr süzme yoğurt, 10 su bardağı et suyu, 1 çay kaşığı kırmızı biber, 1 çorba kaşığı tereyağı, 1/2 tatlı kaşığı tuz.

Elde ufalanan ekmek içi akşamdan yoğurt ile bir kapta iyice karıştırılır. Ertesi gün yeniden iyice karıştırılır. Bir tencerede et suyu kaynatılır. Yoğurtlu ekmek içi, karıştırılarak et suyuna yedirilir. Tuzu da ekledikten sonra hafif ateşte 5 dakika daha kaynatılıp ocaktan alınır. Bir tavada kızdırılan tereyağına kırmızı biber katılarak karıştırılır. Sonra çorbaya ilâve edilir. Çorba sıcak sıcak içilir.

TARİFLER



Peynirli bayat ekmek köftesi

MALZEME:
1 adet bayat ekmek, yarım kalıp sert beyaz peynir, 1 demet maydanoz, 2 yumurta, 1 adet orta boy soğan, köfte baharı, tuz ve pul biber, galeta unu.

YAPILIŞI:
1 adet bayat ekmek, üzerine su serpilerek nemlendirildikten sonra ufalanır. İçine yarım kalıp sert beyaz peynir rendelenir; 1 demet maydanoz doğranır; 2 yumurta kırılır; 1 adet orta boy soğan rendelenir; tuz, köfte baharı ve pul biber katılır. Karışım yoğurularak köfte şeklinde parçalara ayrılır. Köfteler önce una, sonra çırpılmış yumurtaya, daha sonra galeta ununa bulanıp kızgın yağda kızartılır. Üzerlerine kürdan batırılarak servise çıkarılır.

Ekmek uygun şartlarda saklanmalı

Uzmanlar, ekmeğin yeterince soğumasından sonra ambalajlanmasını ve derin dondurucuda saklanmasını öneriyorlar. Ekmek, -18 derecede görünür bir değişime uğramadan aylarca saklanabilir.



Tüketiciler Birliği Genel Başkanı Bülent Deniz:

Beyazlatılmış undan yapılan ekmekler alınmamalı

Türkiye'deki en önemli gıda maddelerinden biri olan ekmek, birçok yerde hijyen koşullarına riayet edilmeden üretiliyor. Yeterince pişmemiş, yanık, su ve tuz oranı dengesiz, mayalanma sürecine uyulmayan, yağda kızartılmış kadar yağlı ekmekler birçok yerde satılıyor. Tüketiciler Birliği Genel Başkanı Bülent Deniz, tüketicilerin bu konuda çok dikkatli olması gerektiğini söylüyor. Deniz, özellikle "potasyum bromat" yani beyazlatıcı madde bulunan ekmeklerin alınmaması gerektiğini aktarıyor. Ayrıca dikkat edilmesi gereken bir diğer unsur ise kepekli ekmek. Çünkü satılan birçok kepekli ekmek gerçekten kepekli ekmek değil. Bu yüzden ekmek alınırken içerisinde kullanılan malzemelerin oranı bilinmeli.



Bayat ekmeği nasıl değerlendirelim?

- Bayat ekmeği değerlendirmenin en basit ve en bilinen yolu, köfte harcının içine katmaktır.
- Ekmek fırında veya açıkta bekletilerek kıtırlaştırıldıktan sonra öğütülüp galeta unu haline getirilir. Galeta unu, köfte yaparken, ekmek yerine harca katılabilir.
- Bayat ekmeği küp küp kesip fırında kıtırlaştırdıktan sonra çorbaların içine atarak değerlendirebiliriz.
- Bayat ekmeği yumuşatmak istenirse ekmek dilimleri bir kevgire konulur; kevgir, su dolu bir tencerenin üzerine oturtulup kapatılır. Su kaynadıkça, ekmeği nemlendirip yumuşatır.



TARİFLER

Bayat ekmek kanepesi

Bir kabın içinde 1 çorba kaşığı salça, yarım çay bardağı sıvı yağ, 1 tatlı kaşığı kekik, yarım çay bardağı süt, 200 gr ezilmiş beyaz peynir, 2 yumurta iyice karıştırılır. Bu karışım, kanepe şeklinde ve ince bayat ekmek dilimlerine sürülür. Dilimler, fırın tepsisine dizilir; hafif pembeleşinceye kadar kızartılır. Kızartılmış dilimlerin üzerine 1'er ince dilim domates; bunun üzerine de 2 ince dilim sosis yerleştirilir. Kanepeler, kürdanlı olarak servis tabağına alınıp, soğutmadan, kıvırcık marul yaprakları eşliğinde servise çıkarılır.

TARİFLER



Vişneli ekmek tatlısı

MALZEME:
1 kilo toz şeker, 5 su bardağı su, 1 kilo vişne, 2 adet bayat ekmek, krema veya kaymak.

YAPILIŞI:
Bayat ekmekten 2 cm kalınlığında dilimler kesilir. Kabuklar düzgünce kesilerek çıkarılır. Daha sonra dilimler ortadan kesilerek iki parçaya ayrılır; fırın tepsisine dizilir. Orta ısıda hafif pembeleşinceye kadar kızartılır. 1 kg toz şeker, 5 su bardağı su, bir tencerede kaynatılıp şurup yapılır. Çekirdekleri çıkarılmış 1 kg vişne, şuruba katılır; 1-2 taşım kaynatılır. Vişne taneleri bir tabağa alınır. Ateşten alınan vişne şurubu, soğumadan, kızartılmış ekmek dilimlerinin üzerine kepçe ile gezdirilir. Sonra tepsi ağır ateşte tutularak, içindeki şurup, koyulaşana kadar kaynatılır. Ara sıra tepsi hafifçe sallanarak, ekmeklerin dibe yapışmaması ve şurubu iyice emmesi sağlanır. Şurup koyulaşınca, tepsi ateşten alınıp soğutulur. Ekmek dilimleri tabaklara yerleştirilir. Üzerine krema veya kaymak konulur. Bunun üzerine de vişne taneleri yerleştirilir.

EKMEK İSRAFI

Sofralarımız israfın yapıldığı yerler olmamalı. İhtiyaç kadar alınıp, ihtiyaç kadar yenilen yiyecekler bizlere sağlık olarak dönecektir. Sofraya zikirle oturup, şükürle kalkan insanlardan olmalıyız.

AHMED ŞAHİN

Sofrada hatırla, düşün ve şükret!

Gerçekten de bizim temel kültürümüzün içinde özel ve güzel bir sofra kültürümüz vardır. Bu kültür unutulmamalı, hatta yemek yiyip su içtiğimiz müddetçe bu kültür hayatımızda yaşamalı, yokmuş gibi bir ihmal ve ilgisizliğe de maruz kalmamalıdır... Böyle bir anlayış içinde baktığımızda görüyoruz ki, insanın yiyecek kadar iştiha duyması, bu iştihasını karşılayacak kadar da sofrasında nimet bulması her şeyden önce Allah'ın büyük bir lütuf ve ikramıdır. Çünkü yiyeceği var, ama iştihası yok. İştihası var, fakat bu defa da yiyeceği yok nice kimseler vardır bu âlemde. Öyle ise inanmış insanlar sofraya her oturuşta bu lütfu hatırlamalı, bu nimeti düşünmelidir. Yani yemek boyunca "zikir, fikir ve şükür" içinde olmalıdır. Sofrada böylesine bir zikir, fikir ve şükür içinde olunabilir mi? Alimlerimiz olunabileceğini şöyle anlatıyorlar. Diyorlar ki:

-Yemeğe "Bismillah" diyerek başlamak zikirdir. Bu iştihayı verip, bu yiyeceği nasip eden Yaratan'ı düşünmek 'fikir'dir. Yemek sonunda "Elhamdülillah" diyerek kalkmak ise şükürdür.

Sofraya böyle zikirle başlayan, fikirle devam eden, şükürle de kalkan kimse, sofra kültürünü yaşayan ve de yaşatan kimsedir.



Böyle kimseler sofrasında bereket, kalbinde de hep mutluluk ve huzur hissederler...

Alimlerimiz sofra kültürümüzü anlatırken bazı sünnet ölçülerine de dikkat çekiyor ve diyorlar ki:

-Sofraya zikirle oturup, fikirle devam ederken şükürle kalkan kimseye layık olan, midesini aşırı yemekle doldurmamak, tıka basa yememek... İhtiyaçtan fazla yemeye alışmak hem sünnete aykırı hem de sıhhate...

Hem tıp hem de dini ilimlerde ihtisas yapmış bir alime sormuşlar:

-Kur'an-ı Kerim'de insan sağlığı ile ilgili bir ayet buldunuz mu? diye. Şöyle cevap vermiş:

-Kur'an-ı Kerim'de insan sağlığı ile ilgili çok ayet vardır. En başta geleni ise şu ayettir:

-Yiyiniz, içiniz ama çok yiyerek israf etmeyiniz. Allah israf edenleri sevmez!..

Alim şöyle devam etmiş sözlerine:

-Anlaşılıyor ki, helalinden yiyip içmek serbesttir. Ama çok yemek serbest değil, en azından mekruhtur!.. Çünkü çok yemekte israf vardır. Allah ise israf edenleri sevmez!..

Nitekim bu ayeti tefsir eden en eski tıp adamı meşhur İbn-i Sina da şu açıklamayı yapmıştır:

-Yediğinizde israf yapmayın, az yiyin. Yemekten sonra dört-beş saat bekleyin. Üst üste yiyip de mideyi yormayın!.. Şifa hazımdadır.

"Yiyiniz, içiniz, israf etmeyiniz" mübarek sözü hayatımızın rehberi olmalı.



Ekmek tatlısı

MALZEME:
2 adet ekmek, 6 adet yumurta, 1 fincan süt, bir tavalık ayçiçeği yağı, 2 kilo şeker.

YAPILIŞI:
Ekmeklerin dış kabukları bıçakla sıyrılır, daha sonra düzgün bir şekilde doğranır, dilimlenir. Yumurtalar bir kaba kırılır, süt ile çırpılır, sıvı yağda sütlü yumurtalı karışıma dilimlenen ekmekler bandırılarak tavada kızartılır. Kızartılan ekmekler bir peçete üzerine çıkarılarak çektiği yağdan arındırılır. 2 kilo şekerden yapılan şerbetle kızaran ekmekler bir tepside altüst yapılarak 15 dakika kaynatılır. Soğuduktan sonra kaymak ile servis edilir.

TARİFLER

Bayat ekmek pizzası

Bayat ekmekler dilimlenip küp küp kesilir. Margarin ile yağlanmış ve un serpiştirilmiş fırın tepsisine yayılır. 4 yumurta çırpılır; içine 2 su bardağı süt, 1 paket kabartma tozu, yarım çay bardağı sıvı yağ katılır. Karışım tekrar çırpılıp ekmeklerin üzerine dökülür. Bayat ekmek pizzası bu durumda buzdolabında bir gün bekletilebileceği gibi hemen de pişirilebilir. Fırına verilmeden önce, üzerine dilimlenmiş sucuk, salam veya sosis yerleştirilir. Domates, biber dilimleri de yerleştirilebilir. Bunların üzerine de kaşar rendesi serpiştirilir.

EKMEK İSRAFI

Aslında yemek konusunda en nihai ölçüyü Efendimiz (sas) Hazretleri vermiştir:

-Midenin üçte birini yemeğe, üçte birini suya, kalan üçte birini de rahat nefes almaya ayırın!..

İşte size sünnete uygun şekilde sofraya oturma ve sofradan kalkma kültürümüz...

Yani sofraya iştiha ile oturmalı, yine iştiha varken kalkmalı, midede suya, nefes almaya her zaman yer bırakmalıdır.

Sahabeden Semüre bin Cündeb'in oğlu yemekten sonra kusmuştu. Çok yedikten sonra kusmayı hayra alamet saymayan baba Semüre şöyle dedi:

-Şayet bu kusmadan dolayı ölmüş olsaydın, cenaze namazını kılmakta tereddüt ederdim!..

Demek ki, çok yemekten dolayı ölen insanı, namazı kılınamayacak derecede günahkar kimse gibi görüyordu sahabeler.

Hazreti Ömer Efendimiz (ra)'in ikazı da düşündürücüdür. Şöyle diyordu meşhur sözünde:

-Nefsin arzu ettiği her şeyi yemek israftandır. Allah ise israf edenleri sevmez!..

Şunu da ilave ediyordu sözüne:

-Unutmayınız ki yediğiniz helal ise hesabı, haramsa azabı vardır!.. Demek ki insan, iradesine sahip olmalı, aklına gelen her şeyi alıp yeme alışkanlığı gibi bir irade zaafına düşmemeli, hem sıhhatini, hem parasını, hem de sofra kültürünü korumasını bilmelidir!..



FOTOĞRAF: REUTERS

Nefsin istediği her şeyi yemek israftandır. Allah ise müsrifleri sevmez! Çocuklarımızı israfa alıştırmayalım.

TARİFLER

Kalacuş

Bayat ekmek, küpler halinde kesilerek derin bir kaba konulur. Kıyılmış soğan, tavada kızdırılmış margarin ile pembeleşinceye kadar kavrulur. Çalkalanarak ayran kıvamına getirilen yoğurt ve su, yağ ve soğanın bulunduğu tavaya eklenir. Birkaç dakika kaynatıldıktan sonra, oluşan karışım derin kapta bulunan doğranmış bayat ekmeklerin üzerine dökülür. Kabın kapağı kapatılır. Bir süre ateşin üzerinde tutulduktan sonra hemen sofraya getirilir.

Ekmek oğması

Bayat ekmeklerin içi -istenirse, kabuğu ile birlikte- ufalanır; bir kapta eritilen tereyağına dökülerek kavrulur. Sonra üzerine bir yumurta kırılıp ekmek ufakları ile alt üst edilir. Ardından 1 bardak süt dökülüp yeniden karıştırılır. Çok hafif ateşte süt çekilinceye kadar bekletilir. Süt çekilince ateşten alınır; üzerine bir bez konularak demlendirilir. Ilıyınca yenilir.



Muhammara

MALZEME:
2 adet ekmek, 50 gr ceviz içi, 2 adet iri boy kuru soğan, 2 diş sarımsak, 1 bağ maydanoz, 250 gr beyaz peynir, 50 gr pul biber, 50 gr sıvı yağ, 1 yemek kaşığı tuz, 100 gr domates salçası.

YAPILIŞI:
2 adet ekmek içi suyla ıslatılır ve suyu sıkılır. Bir karıştırma kabına alınır. 50 gr ceviz içi çekilir. İki adet kuru soğan, sarımsaklar ve maydanoz çok ince şekilde çekilir. İçine rende beyaz peynir, pul biber, tuz, sıvıyağ, salça konulur ve hepsi karıştırılır. Hazırlanan karışım kanepe şeklinde dilimlenmiş ekmekler üzerine sürülerek servis yapılır.

Helal kazanç kolay harcanmaz

Helal kazanç kolayca harcanamaz, birtakım gereksiz şeyler ihtiyaç olarak görülüp de müsrifçe para kullanma sorumsuzluğuna yönelinemez. Bilhassa böyle günlerde. Çünkü helal kazanç çok zor elde ediliyor. Asla kolayca ele geçirilemiyor. Elbette zor elde edilen şeyler zor harcanacak, elden çıkarılırken defalarca düşünülüp tartılarak sarf edilecektir.

Bu sebeple, hayatlarını helal rızıkla tamamlamak hedefinde olanlar, haram lokma yemekten, yılandan, akrepten korkar gibi korkanlar, israftan da korkacaklar, ihtiyaç olmayan gereksiz şeyleri ihtiyaç gibi görerek lüzumsuz şeylere para sarf etmekten çekineceklerdir.

Bu çok makul ve meşru bir titizliktir. Cimrilik sanılmamalıdır.

Hatta, yemeklerde bile şöyle bir düşünüp taşınma gereği duyarak, görenek belasıyla alışılan yemek çeşitlerinden de bir ölçüde kaçınacak, sünnet olan, en az çeşitte karar kılmaya gayret göstereceklerdir.

Yemeklerinde hep bol çeşide alışan, bu yüzden kazancından da hep şikâyette bulunan bir obur adama, Geylani Hazretleri şöyle ikazda bulunmuştur:

Sizi çok yemek öldürdü, bizi de az yemek diriltti!

Evet, israflı sofralarda midesini tıka basa dolduran kimsede manevi konulara karşı bir ölü ilgisizlik ve duyarsızlığı başlar. Onun bütün meselesi bitmek bilmeyen israflı ihtiyaçlarıdır. Bunu da helal kazançla temin edemediğinden felsefe değişir, malum şu tekerleme de gelişir:

Ver Allah'ım ver, kulun haram helal demez yer!

Böyle bir sonuç, sünnetten uzaklaşıp israfa dalmakla, ihtiyaç olmayan şeyleri ihtiyaç sanıp bol harcamakla meydana gelir. Bilmem yanılıyor muyum? İsterseniz bir de siz deneyin israfsız iktisatlı hayatı...

Mevlana'dan öğütler

Ekmeğin zevkini, ancak aç kimse bilir; tok olan, o zevki, hiç bilmez! Ekmekçi dükkanındaki ekmeklerden dükkanın ne haberi vardır?

Ekmekçi aç olsaydı, ekmeği hiç satmazdı; seher rüzgârı gülün kıymetini bilseydi, onu saçıp dökmezdi!



Çocuklar, 3 ile 6 yaş arasında duygularını dile getirmeyi öğrenmelidir. Aksi halde içe kapanık olur. Kendilerini rahatça ifade edebilen çocuklar, sıkıntıları daha rahat göğüsleyebilir.

■ **PROF. DR. MEHMET ZEKİ AYDIN**

Çocuğunuz duygularını ifade edebilmeli

Çocuğun duygularını ifade etmesine fırsat vermek çok yararlıdır. Her şeyden önce, duyguların ifade edilmesi bir paylaşmadır. "Sevinçler paylaşıldıkça çoğalır, üzüntüler paylaşıldıkça azalır." meşhur sözü bunu çok güzel ifade etmektedir. Bazı insanlar, bastırarak veya unutarak acı veren duygulardan kurtulmanın mümkün olduğunu sanırlar. Halbuki, duygular açıkça dile getirildiğinde azalır. Anne babalar çocuklarının duygularını dinleyerek, hem tam olarak onları anlama imkanı bulmuş hem de onların duygularını paylaşmalarını sağlamış olurlar.

Bir başkası tarafından anlaşılmak insanın çok hoşuna gider. Çocukları dinleyen anne babalar, onları anladığını ve duygularını paylaştığını söz ve davranışlarıyla belli etmelidir. Böylece, çocukla onu dinleyen arasındaki sevgi daha da artar. Ayrıca, çocuk da büyüklerini anlamaya çalışır. Ne yazık ki anne-babamıza çocukken bir şey söylememiz hep "büyüklere cevap vermek" ve "saygısızlık" olarak yorumlanmış ve lafımız ağzımıza tıkanmıştır. Bizler, aynı yanlışa düşmeyelim. Hiç kuşkusuz, bizim de başka sorunlarımız veya sabrımızın taşmak üzere olduğu anlarımız vardır. Böyle zamanlarda, "İnsan annesiyle babasıyla böyle konuşur mu!" diye çocuğu terslemek yerine, "Şu anda senin duygularını dinleyecek durumda değilim." demeniz, duygularını bastırmasına yol açmadan sorunu çözümleyecektir.

Bazı anne-babalar bu sözleri yanlış yorumlayacak ve çocukların olumsuz duygularını her zaman her yerde açığa vurmalarının doğru olduğunu sanacaklar. Halbuki durum böyle değil. Örneğin, çocuğunuz okulda öğretmenine ondan nefret ettiğini söylerse pek de hoş bir sonuç doğurmaz. Çocuklara duygularını dile getirmeyi öğretirken, başkalarının da duyguları olduğunu mutlaka öğretmelisiniz. Çocuklar, başkalarının duygularına da saygı duymayı öğrenmelidirler. Ancak, okulöncesi çağdaki bir çocuktan başkalarının duygularına karşı saygılı olmasını beklemek, fazla bir beklenti olur.



FOTOĞRAF: BAHAR MANDAN

Başkalarının hislerini de hesaba katmalı

Çocuğunuza, karşısındaki insanların da duyguları olduğunu öğretmeye başlamanın zamanı 5 yaş civarıdır. Duyguları dışavurmanın uygun yeri ve zamanı olduğunu, kimi zaman da başa dert açmamak için duyguları hiç açığa vurmamak gerektiğini çocuğa öğretmek için 6 yaşını beklemek gerekir.

Yanlış bir şekilde, çocuklarımıza, duygularını ifade etmemeyi ve içlerinde saklamayı öğrettiğimizde, onlar normal bir insan olmak yerine içe dönük ve mekanik birisi durumuna gelebilir. Çocuklarda duyguların ifade edilememesi durumunda onların daha ileriki hayatlarında tedavisi gereken psikolojik sorunlara yol açabileceği bilinmelidir.

Çocuklarınıza zaman ayırın

Onlarla beraber olabileceğiniz, yoğunlaşabileceğiniz bir zaman ayırmanız gerekmektedir. İşiniz zamanınızın çoğunu alıyor olabilir. Ancak önemli olan, her türlü önemsiz işi programlamak değil, önemli işlere öncelik vermeye çalışmaktır.

Çocukların duygularını ifade edebilmelerini temin için hayali oyunlar oynamaları önemlidir. Yapılan bir yanlış da sadece olumlu duygularımızı ifade etmeye fırsat vermek, olumsuz duygularımızı göstermeyi yasaklamaktır. Örneğin, çocuğun, “seni seviyorum” demesine bir şey demezken, “sana kırgınım, seni sevmiyorum” demesine büyük tepki gösteririz. Bunun sonucunda, olumsuz duygularını hayat boyu içinde saklamak zorunda kalan çocuk, yetişkinlik döneminde ciddi ruhî sorunlar ve buna bağlı travmalar yaşayabilir.

Duygularını anlamak için soru sorun

Okul çağındaki çocuklarımızla konuşarak, gerekiyorsa sorular sorarak duygularını anladığımızı belirtmemiz gerekir: “Seni neyin mutsuz ettiğini bana söylemek ister misin?” gibi. Aynı zamanda, “Niçin böyle öfkelisin?” cümlesinde olduğu gibi, sadece “öfke” kelimesiyle sınırlandırmamak, duyguların renk tonları diyebileceğimiz, “mutlu, üzgün, yorgun, düş kırıklığına uğramış, ürkmüş, sinirli” gibi geniş bir alanı kapsayan, duygu ifadelerini kullanabilmek iletişimin rahatlığı açısından önemlidir.

İslamiyet'i davranışlarımızla en iyi şekilde temsil etmeliyiz. Bunu da samimiyet ve ihlâsla yani sadece O'nun (cc) rızasını kazanmak için yapmalıyız.

■ **ABDULLAH AYMAZ**

Abûs çehreleri siz gülümseteceksiniz

Arkadaşımız Orhan Çiçek anlattı: "Avustralya'da arkadaşlarla bir pikniğe gitmiştik. Her milletten insan vardı. Biz mangalda et pişiriyorduk.

Bulunduğumuz yer baraja yakındı. Baktık bir grup yaşlı kadın geliyor. Pişirilen etlerden bir bölümünü çocuklarla onlara gönderdik. Biraz sonra onların içinden bir hanım yanımıza geldi ve dedi ki: 'Ben Fransız'ım. Arkadaşlarım da çeşitli ırklardan. Biz huzurevinde kalıyoruz. İmkânlara sahip insanlarız... Bir sene önce ben internetten yaptığım araştırmalar sonucunda gerçek İslam'ı tanıdım ve Müslüman oldum. Fakat bu 11 Eylül meselesinden sonra çok sıkıntılı sorulara muhatap oldum. Biraz önce de sizleri bilhassa tesettürlü hanımlarınızı görünce, bu arkadaşlarım bana 'Bakalım sizinkiler yine hangi terörist işleri planlıyorlar?! Belki de barajı havaya uçuracaklardır!..' diyerek lâf söylediler ve beni yine yaraladılar. Fakat sizlere çok teşekkür ediyorum ki, sizler bu davranışlarınızla bana dünyaları bağışladınız. Benim yeniden imanım kuvvetlendi...' dedi. Bunları söylerken gözlerinden yaşlar geliyordu..."

Orhan arkadaşımız bu sözleriyle bizlere çok güzel bir mesaj vermiş oldu. Maalesef, bazılarının tutum ve davranışları İslamiyet'in parlak çehresini kararttı. Bunun böyle olmasını arzu edenler de medya yoluyla bunu iyice şiddetlendirdiler. Normalde vazifemiz olan İslâmiyet'in insanî yönünü herkese göstermek meselesi, artık üzerimize katmerli bir vecibe oldu. Bu, bir gösteriş ve artistik bir şovdan ibaret değildir. İçimizden gele gele samimiyet ve ihlâsla yani Cenab-ı Hakk'ın hoşnutluğunu kazanmak için olacaktır.

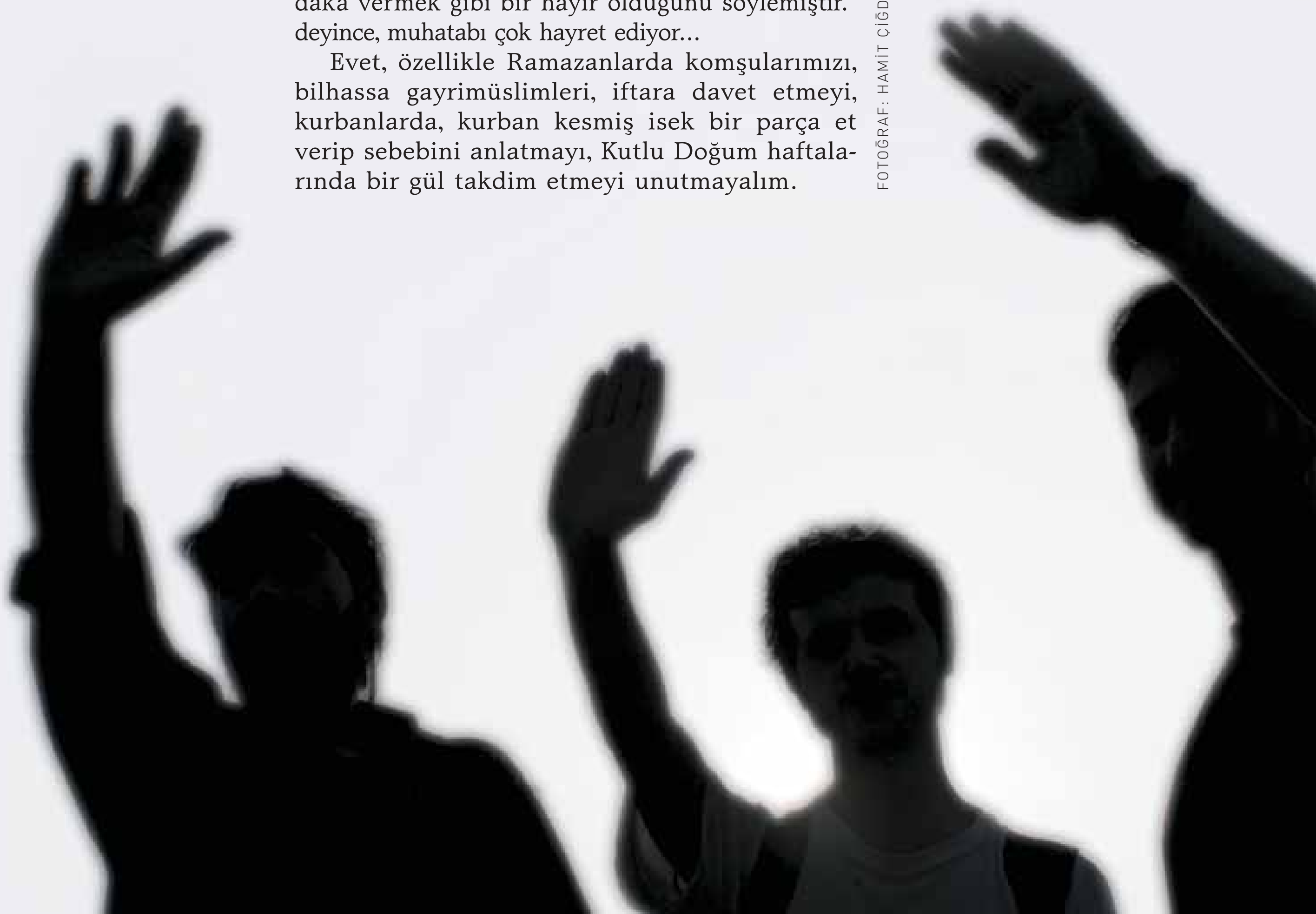
İslamiyet, insaniyet-i kübradır. Yani gerçek ve büyük insanlık İslamiyet'tedir. Bizim işte onu ön plana çıkarmamız gerekir. Saadet Asrı'nın Altın Nesli Sahabeler, dünyanın her tarafına gidiyor, her ırktan, her

renkten ve her dilden insan ile karşılaşıyorlardı. Elbette ki bütün dilleri bilmeleri mümkün değildi. Ama onların ulaştığı her yerde insanlar İslamiyet'i tanıdı ve sevdi. Peki dert ve davalarını hangi dille anlatmışlardı? İşte bu insaniyet dili ile... Yani evrensel insanî lisan ile... Çünkü bu dili herkes anlar... Rakamlar gibi, sanat gibi... Biz, aslında biraz Kur'an-ı Kerim'i ve hadis-i şerifleri karıştırsak pek çok güzel tavsiye ve prensipleri göreceğiz... Efendimiz (sas) maruf olan şeylerden en ufak bir iyiliğin bile hakir ve küçük görülmesini istemez...

Takva-i hakiki ile Allah'tan sakın da onları hafif görme... Yani su kovandan bir başka muhtacın kovasına su boşaltmak, yoldan, eziyet veren diken gibi şeyleri ve başka engelleri kaldırmak küçük şeyler değildir. Yine Efendimiz tebessüm etmenin sadaka olduğunu söylüyor... Gayrimüslim ve dînî bir enstitüde master yapan bir arkadaşımızın devamlı mütebessim durması birisinin dikkatini çekiyor ve sebebini soruyor. O da "Peygamberimiz Hz. Muhammed Aleyhisselam gülümsemenin sadaka vermek gibi bir hayır olduğunu söylemiştir." deyince, muhatabı çok hayret ediyor...

Evet, özellikle Ramazanlarda komşularımızı, bilhassa gayrimüslimleri, iftara davet etmeyi, kurbanlarda, kurban kesmiş isek bir parça et verip sebebini anlatmayı, Kutlu Doğum haftalarında bir gül takdim etmeyi unutmayalım.

FOTOĞRAF: HAMİT ÇİĞDEM



Öğrencilere burs sağlayabilmek için ekilen kabaklar, niyetin samimiyetine binaen Ezelî Kudret tarafından öyle bir bereketlendiriliyor ki, görenler büyüklüklerine hayran kalıyor.

■ **AHMET CAN**

Balkabakları sevgiyle büyüyor

Tokat'ın Zile ilçesinde yaşayan Şahin ailesi, sırf öğrencilere burs sağlayabilmek için çok fazla büyük olmayan tarlalarına kabak ekiyor, çıkan ürünleri sattıktan sonra da öğrencilere dağıtıyor. Onların bu iyi niyetleri de ilahi ikramlarla ayrı bir boyut kazanıyor. Esnaflıkla uğraşan Adnan Bey, Büyüközlü köyünden. Hafta sonları eşi Ayfer Hanım'la birlikte köylerine giderek tarlalarına ektikleri sebze çeşitleriyle uğraşıp bakımlarını yapmaya çalışıyor. 3 yıl önce sebze çeşitlerine balkabağını da ilave etmişler. İlk sene çıkan kabakları Ayfer Hanım hemen satıvermiş. Alanlar, kabağın lezzetinden hoşlanınca "Gelecek sene yine isteriz!" demişler. Ertesi sene kabaklar için ayrılan ekim yeri daha küçükmüş; ancak ürün yine bereketli olmuş. Bu kez kabaktan kimseye hediye etmemişler, çünkü fakir öğrencilerin haklarını yeme korkusu ağır basmış. Adnan Bey, "Çünkü bu kabak bizim değildi. Allah yolunda öğrencilere burs olarak verilen bir emanetti. Hatta kardeşime dahi ücreti karşılığında verdim." diyor. Geçtiğimiz yıl da daha az yere ekmelerine rağmen daha fazla ve daha iri kabak yetişmiş. Artık çevreleri kabakların hikayesini ve gideceği yeri bildikleri için şimdiden siparişlerini ayırtıyorlar. Kabak ekenler bile "Sizin kabağınız daha lezzetli." diye onlardan kabak satın almaya çalışıyor.



TOPBAŞ ÇARŞI

Züccaciye & Ev Tekstili

Park Caddesi No:107 Manisa
0236 231 81 43 - 232 19 10

TELEFONLA GÜVENLİ SATIŞ



89 YTL

2 YIL Garanti

BRAUN 4050 Blander



189 YTL

2 YIL Garanti

BRAUN 3510
Tansiyon Aleti

- Nabız sayımı
- Küçük-Büyük tansiyon ölçümü
- Bilek sıklığını otomatik olarak ayarlayan EasyClick sistemi
- Ölçüm için en doğru konumu belirleyen otomatik algılayıcı
- Son 50 ölçümü tarih ve saati ile kaydeder
- Otomatik kontrollü şişme
- Okunaklı geniş ekran ve büyük düğmeler
- Şık saklama kutusu 2 pil dahil
- Klinik olarak test edilmiş doğruluk



119 YTL

2 YIL Garanti

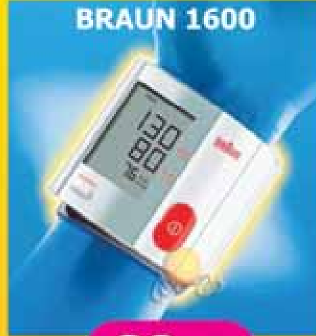
PHILIPS 3230 Ütü

SÜRAT KARGO LOJİSTİK

ile Türkiye' nin her yerine ücretsiz teslim

ANNELER GÜNÜNE
Özel Fiyatlarla...
Seçin, beğenin sizin adınıza annenize biz ulaştıralım.

BRAUN 1600



89 YTL

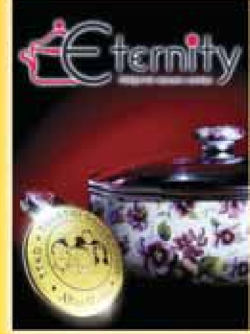
2 YIL Garanti



Tele Sipariş Hattı
0 236 231 81 43
0 236 232 19 10

Lütfen
Ücretsiz Kataloğumuzdan
İsteyin.

TOPBAŞ ÇARŞI



69 YTL



ETERNITY Çaydanlık

195 YTL



ETERNITY Tencere Seti

65 YTL



ETERNITY Saklama Kabı

%18 KDV dahildir.
Kampanyamız stoklarla sınırlıdır.

1980' den günümüze GÜVENLE

İyi anne baba olmanın 20 yolu

1 Her şeyden önce iyi anne-baba olmanın yolu ebeveynlerin işbirliği halinde ve istikrarlı davranmalarından geçer.

2 İdeal ebeveynlik için okumaktan ve çeşitli eğitim çalışmaları ile kendinizi geliştirmekten geri durmayın.

3 Hayırlı evlat sahibi olmak istiyorsanız hayırlı ebeveyn olmak için çaba sarf etmeli ve dua etmelisiniz.

4 Ebeveynlik eğitimi evlilik öncesine dayanır.

5 Evlilik öncesi taraflar, birbirlerini değerlendirirlerken, kendilerine emanet edilecek çocukların anne-babaları olacaklarını düşünmelidirler. "Ben bu şahısla evlenmek istiyorum; ama acaba ebeveynliği nasıl olur? Asabiyetini ben kaldırabilirim; ama ya çocuklar..." diye düşünebilmeli ve hassas bir şekilde irdelemelidir. Çünkü evliliğin yegâne amaçlarından biri sağlıklı bir neslin yetişmesine katkı sağlamaktır. Bu nedenlerle muhatabın irdelenebilmesi için bireyin ebeveynliği bilmesi gerekir.

6 Evlenmeyi düşünen bireyler kuracakları aile ve yetiştirecekleri çocuklar için evlilik öncesi çeşitli eğitimlere katılabilir, danışmanlık hizmeti alabilirler. Böylece evlilik öncesinde veya sonrasında karşılaşabilecekleri sorunlara hazırlıklı olabileceklerinden hata yapma ihtimalleri en aza inecektir.

7 Etkili ebeveynliğin sağlanabilmesi için bir diğer şart eşler arası münasebetin pozitif olması gereğidir. Karı-koca arası tartışmaların yoğun olduğu bir ev ortamında çocukların da psikolojileri kendilerine negatif davranılmasa bile negatif bir biçimde etkilenir.

8 Kendisini tanımlayabilen birey zamanla kendisinde mevcut bulunan negatif, bir başka ifade ile değiştirebilecekleri hasletleri değiştirebilir, geliştirilmesi gerekenleri geliştirebilirler.

9 Nasıl bir insan olduğunuzun farkında mısınız? İyi anne-baba olmadan önce iyi bir birey olmalı, negatif özelliklerinizi terbiye etmelisiniz.

10 Nasıl bir evlat sahibi olacağımız bizim elimizde değil. Ama nasıl bir anne-baba olacağımız bizim elimizde. Ve tercih edilen anne-babalar olursak zamanla tercih ettiğimiz gibi çocuklar yetiştirir ve tercih edilen bireylerin oluşmasına vesile oluruz.

11 Kadının, erkeğe oranla bedensel gücü daha zayıftır; ancak kadın duygusal anlamda erkekten daha güçlüdür ve devam eden sıkıntılara karşı daha sabırlıdır.

12 Kadının eve yaydığı enerji evi tesir altına alabilecek güçtedir. Bu nedenle denilebilir ki; annelerin evde pozitif oluşları evin diğer fertlerine yansıyacaktır. Yani annenin psikolojisi ve evde yaydığı enerjinin çocuğun ders çalışma performansına da, beyin stres atma sürecine de yansıyacağı anneler tarafından unutulmamalıdır.

FOTOĞRAF: REUTERS



Olması gereken, kendinden emin, çocuğun davranışlarına göre davranış değiştirmeyen kararlı ebeveyn modelidir.

13 Anne-babalık duygularını yaşamak için çocuklarınıza ihtiyacınız olduğunu unutmayın. Bu duyguyu yaşatmaları dışında, evliliğinizi pozitif yansımaları olması veya ev içi hareket ve mutluluğunu sağlamaları açısından çocuklarınıza ihtiyacınız olduğunu unutmayın. Bunun dışında ebeveynlik bireyin olgunlaşma sürecini hızlandırır.

14 Gebelik dönemiyle birlikte çocuk eğitimi aktif bir biçimde başlar. Bu dönemde çocuk sahibi olacak çift, çeşitli kitaplar ve eğitim çalışmaları ile kendilerini geliştirmeli, anne karnındaki bebeği olumlu etkilemesi için çeşitli musiki vb. müzikler dinlettirmeli, anne adayını stresten uzak tutmaya çalışmalıdırlar.

15 Çocuklarınızın ilk pedagogu siz olmalısınız. Bu nedenle çocuğunuzu gözlemlemeli, gözlem yaparken de objektif ve önyargısız olmalısınız. Bir sorunla karşılaştığınızı düşündüğünüzde ise durumu mutlaka bir uzmanla paylaşmalısınız.

16 Sabır olmadan asla!!!.. Ebeveynliğin birinci şartı sabırdır. Çocuğunuzla olumlu ilişkiler mi geliştirmek istiyorsunuz? İşte yapmanız gerekenler:

Empati kurun. Yani kendinizi çocuğunuzun yerine koyarak düşünün ve onu anlamaya çalışın.

Karşılıklı saygıya önem verin.

Her şeye rağmen sevin.

Çocuğunuza zaman ayırın.

Çocuğunuza değer verin ve bunu hissettirin.

17 Bir ebeveyn mütebessim olmalıdır. Aynaya bakın ve söyleyin lüften; çocuğunuza karşı genelde mütebessim misiniz?

18 Etkili bir ebeveynlik için olmazsa olmaz şartlardan biri ise çocuğunuzu her şeye rağmen sevmeniz ve ona saygı duymanızdır. Çocuklarınıza karşı iyi kalpli ve kararlı olun.

19 Önce anlayın sonra davranın. Önce ruhunu ve bilinçaltını çözmeye çalışın sonra çocuklarınıza tepkilerinizi şekillendirin. Lütfen dinleyip anlamadan, çocuklarınızın amaçları ve düşünceleri konusunda fikir sahibi olmadan çocuklarınıza tepki vermeyin.

20 Zayıf yönlerinizi göstermeyin. Duygusallığını veya katı otoriteyi amacına ulaşmada kullanan ebeveyn zayıf ebeveyndir.

Moğolistan'da beş kilo süt

■ **NAZ FERNİBA**

"Soğuk kış görmemişim ben" diye düşünmeye başladığımda henüz kış aylarına da girmemiştik. Sonbaharı, ilkbaharı yoktur; kışı sert geçer, yazı da çok sıcak... Moğolistan'da iklim böyledir. Yaşadığım en güzel, en öğretici ve en zor deneyimdi Moğolistan. Bir yanı çayır çimen, bir yanı Gobi. Bir yanı Rusya, bir yanı Çin. Sabahları yedi gibi süt satanların sesiyle uyanıyordum. "Su avaree!" diyorlardı apartmanların önünde: "Süt alınız!" Soğuktu. Buzdu yerler. Süt satıyorlardı. Ben de alıyordum. Süt bizi ayakta tutan en sağlıklı besindi orada. Sonraları ne zaman süt alsam, ne zaman süt içsem o süt satıcılarının sesini duyacaktım: "Su avaree!"



Bir sabah kapı çaldı. "Hin be?" diye sordum: "Kim o?" Yaşlı bir kadın sesiydi kapının arkasından gelen. Kim olduğunu anlayamadan açtım kapıyı. Gelen, o yıl mezun olup YÖS imtihanı sonucunda Türkiye'ye okumaya giden ve gerçeğe uyanan öğrencilerimizden Mönherdene'nin babaannesiydi. Çok severdik Mönherdene'yi. Bu yüzden Darkhan'a gelir gelmez onun ailesiyle tanışmıştım. Sımsıcak bir karşılamaydı. Hemen içeri aldım onu. Yorulmuştu. Üşümüştü. Elinde büyük bir bidon vardı. Bana göre onun için ağır bir yüktü. Oturur oturmaz konuşmaya başladı. Üç ayda öğrendiğim Moğolca ile anlamaya çalıştım söylediklerini. Her cümleyi birkaç kez tekrar etmek zorunda kaldı.

"Evim çok uzak. Buraya yürüyerek geldim. Çok yaşlandım. Bu kadar uzun yolu yürüyecek gücüm yok." dedi. Sonra bidonu bana doğru uzattı. "Benim bir ineğim var. Beş kilo süt getirdim sana. Her gün süt getirsem bile size borcumu ödeyemem. Torunum yardımlarınızla gitti meyveler ülkesine."

"Meyveler ülkesi". Türkiye onun gözünde böyle bir ülkeydi. Ne diyeceğimi bilemedim. Güçlükle yürüyen bu nineye nasıl teşekkür edeceğimi de bilemedim. Yuvarlak yüzüne baktım. Çekik gözleri, belirgin elmacık kemikleri, toparlacık yüzünün tam ortasında bir nokta gibi duran minicik burnu, bembeyaz teni, belli belirsiz kaşları ve olmayan kirpikleri... O kadar şirindi ki. "Ver elini öpeyim" desem anlamayacaktı. Üzerinde Moğol milli kıyafeti vardı. Başına yünden bir örtü dolamıştı.

Yerinden kalkıp "Artık gitmeliyim." dedi. "Uzun bir yol beni bekliyor." Gitti. Onun gidişini pencereden seyrettim. Yüz metrelik bir mesafeydi görebildiğim. Bu mesafeyi ancak on dakikada geçebildi ve köşeyi dönüp gözden kayboldu. "Bu soğukta, bu kadar yavaş yürümek tehlikeli." diye düşündüm. O bu toprağın insanıydı. Belki alışkındı. Ama yaşlıydı sonuçta.

Sagansar bayramında onu ziyarete gittiğimizde, tek başına yaşadığı Moğol çadırında (ger) bize huur çaldı. Onu izledik. Enstrümanıyla birlikte başka alemlere doğru kayıyordu sanki. Yıllar sonra Mönherdene onun öte âleme geçiş haberini sevinçle karşılayacaktı: "Ne güzel! Cennete gitti..."

Zaman Gazetesi 34194 Yenibosna/İstanbul
dr.can@zaman.com.tr

DR. CAN

Ha havuzdaki Yusuf Ha hapisteki balina

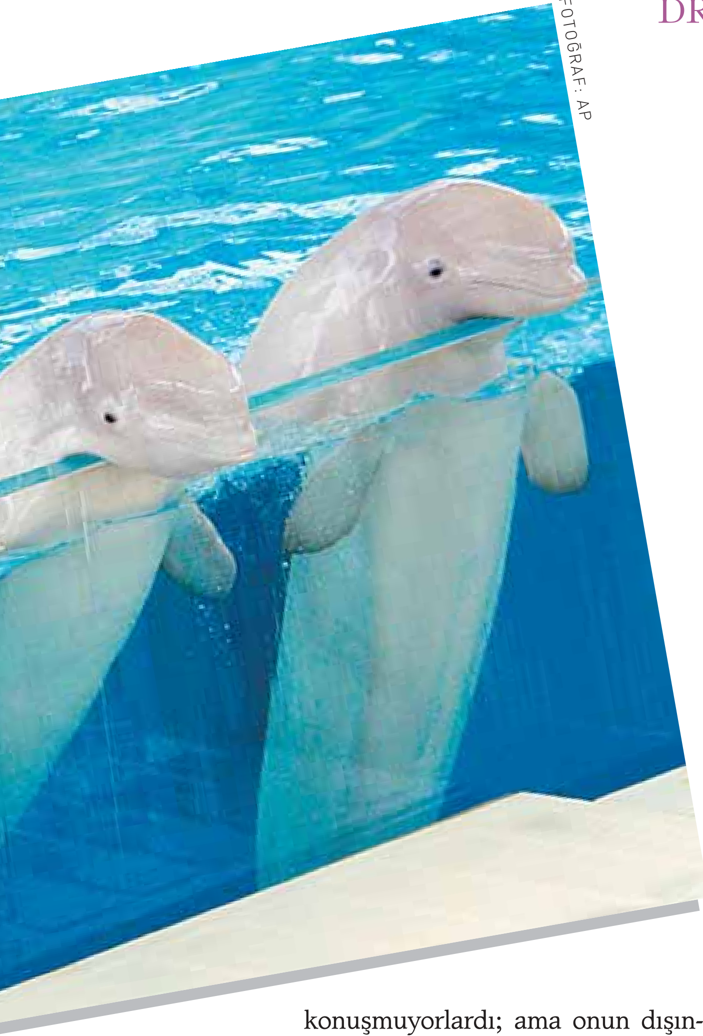
Yusuf Sert
Can abi. Ben Amasya Suluova'dan Yusuf Sert. Kas hastasıyım. Teşhis P.M.D. (hafif tip). Şu an 42 yaşındayım. 18 yaşından beri çekiyorum ve oldukça ilerledi. Benimki en hafif tip olmasına rağmen çeşitli internet sitelerinde en fazla 40 yaş + 3 yıl ömür biçiyorlar. "Dostlar muayenede görsünler" diye usulen muayene edip, yine usulen bir-iki vitamin verip geçiştiriyorlar. Namazlarımı teyemmümle kılıyorum. Tuvaleti kendim yapabiliyorum. Merdiveni zor da olsa demirlere tutunarak çıkabiliyorum. Ruh dengem hep aynı kıvamda olmuyor. Bezginlik ve aşırı yorgunluk var. Dünyada melekler katına çıkamamamda yorgunluğun ve psikolojimin etkisi olabilir mi? Unutmadan mâlî açıdan bağımlı değilim. Meslek yüksekokulu muhasebe mezunuyum ve vergi dairesinden emekliyim. 40 yaşındaki distrofili hastalarının dertleri sizi üzmesin abi. Benim canım sıkılmıyor. Gülümsüyorum...

Dr. Can
Biricik kardeşim, güzeller güzeli yakışıklı Yusuf'um... Kalbi yumuşak, yufka yürekli; ama kasları sert, karakteri mert, Amasya elması gibi tatlı, sulu, ovalı Yusuf'um... Bir zamanlar erkek oğlu erkek bir erkekten "Erkekler ağlamaz doğrudur, erkek oğlu erkekler ağlar." sözünü duymuş mest olmuştum. İşte ben de mektubunu defalarca okudum ve erkek oğlu erkeklik yaptım, baştan ayağa... Bunun yarısı dünyadaki havuzun içindeki balinama, Yusuf'uma, sana idi, diğer yarısı ise cennet havuzu, Kevser'in yanı başındaki Yusuf'uma yani yine sanaydı. Evet, bir yazımdaki "havuzun içindeki çaresiz balina benzetmemi" çok sevmiş, defalarca okumuşsun.

Şimdi dinle:

Bir taziye için bu yaz Bodrum'un bir köyüne gittik eşimle. Dönüşte "Güvercinlik'te 2 balina var" dediler. Denizde birkaç m²'lik alanı çevirmişler, parayla onları seyrediyorsunuz. 15-20 insan var balkonda. Gösteri yeni başlamış. O ana dek aç ve bî-ilaç bekleyen o kadar insan varken balinaları kurtarmak fikri bana ikincil (tâlî) bir iş gibi gelirdi. Ama ne yaparsın eşim hayvanlara aşırı merhametliydi, parayla kıyıp gidecektik. Balinalara yaklaşırken gördüğüm manzaradan dizlerimin bağı çözüldü. Gidemedim. Sandalye getirdiler oturdum kaldım. Sicim gibi ağlıyordum. Balinalar yalnızca

DR. CAN


FOTOĞRAF: AP

konuşmuyorlardı; ama onun dışında her yolu deniyorlar ve adeta yalvarıyorlardı. "Bizi buradan çıkarın" diye çığlıklar atıyorlardı.

Bizi buradan çıkarın!

Halk ise gülüyor, kahkaha atıyor ya da alkışlıyorlar "Bi daha, bi daha" diye bağırıyorlardı. İşletmenin sahibi yanıma gelince yüklü bir para vererek bir kasa balık vermelerini rica ettim. Param olsa ikisinin fiyatı 750 bin doları verip onları salıverme isteği bütün vücudumu sarmıştı. Bir ara biriyle göz göze geldik 5-10 saniye bakıştık. İşte o zaman film koptu.

Askerî ve siyasi deha, zulmetten ışığa saatlerce at sürmüş, Medine'de dizlerinin üzerine çöküp güçlü elleriyle insan şeklindeki NUR'un (asm) elini sıkıyor, bırakmıyor hatta acıtıyordu…

- Ne demek istiyorsun ya Amr? diyordu eli sıkılan.

- Affet demek istiyorum ya Resulallah…

Balina soruyordu: "Bu balıklar, yiyecekler niye?" diye. "Affet demek istiyorum sevgili balinam. Seni hapsettiğimiz için!"

Eşime "Bunun adı Yusuf, diğerininki Züleyha olsun" demiştim. İşte Yusuf'um. Sen de; odan, seccaden, 3 basamak merdivenin arasında bu rahmet getiren hastalığınla dünyada Hz. Yusuf gibi hapis, meziyetlerin itibarıyla da havuzdaki balina gibi çaresiz görünüyorsun. Ama unutma ki havuz sadece bu dünyada yok. Bunun bir de rövanşı var… Kevser!..

Ömrünü kim bilebilir ki!

Ömür konusuna gelince; 8 sene evvel diş hekimi Ali Çevik kardeşimde oturuyorduk. Bir hasta geldi. "Ali Bey diş yaptıracağım. Doktorlar (akciğer C.A.) 2 yıl ömrün var diyorlar. Biliyorum değmez; ama ölünce meleklere senin yaptığın dişlerle cevap veririm." deyince, Ali Bey sevinçle "Çok iyi yaa… Sana 2 yıl vermişler, ben sorunca yarına çıkacağımız belli değil diyorlar!" demişti. Gülmüştük. "Melek katına çıkamam…" demişsin. Belki de melekler henüz senin katına çıkan asansöre binmemişlerdir Yusuf'çuğum. Böyle giderse de zor. Ha… Aklın dişçide kaldı değil mi? Sahi, Ali Bey de, o arkadaş da hâlâ yaşıyorlar, sıhhatteler ve Allah yolundalar. Bilmek istersin belki. Şifalar dilerim…

DR. CAN

Yalnız kalemin kahırdan damıttığı mürekkep

HEP BAŞINI ALIP GİDEBİLECEK
KADAR CESUR; AMA
HEP KALIP SAVAŞABİLECEK
KADAR GÖZÜ PEK OLMALISIN.

Betül T./Poccur

Dr. Can.

Sevgili Betül kızım... Anayurttan gönderdiğin gül resimli kartın için teşekkürler. "Vatanın havasını benim için koklayın" diyorsun. O hizmet diyarından gönderdiğin sıcak ifadelerin muhteşem ruhun öylesine hoştu ki; gönderdiğin gül mektubunu buradakiler için kokladım, kokladım...

Mektubunda ciddi bir patolojik bulguya rastlamadım Betül'cüm. Birazcık iç sıkıntısı, biraz özlem ve yanında da garnitür olarak yalnızlık sezinledim. Yalnızlığa alışmalı ve yollarla barışmalısın sevgili kızım.

Öyle, tül perde arkasından arkadaş, dost, misafir, sevgili yolu gözlemekten vazgeçmelisin. Mademki hicret ettin, bir başına yalnız bırakılmalara, terk edilmelere ve unutulmalara alışmalısın. Sokaklar dolusu ıssızlıkla baş başa yaşamayı göze almalısın. HİCRET&TERCİH birbiriyle aynı harflerden oluşur. Canından çok sevdiğin Urfa'ndan ve tutkunu olduğun ülkenden hizmeti ve hicreti tercih ederek kalbindeki Allah'ı aramak üzere yola koyuldun. Gemileri yakmalısın. Güvendiğin dağlardaki karlara bakıp ders çıkarmalı, hüzünlü bir şarkıyla paylaşılan gecelerde başını dayayacak bir omuz arama sevdalarından vazgeçmelisin. Sofrada tek tabağa, tabakta az yemeğe alışmalısın. 'Yalnızlık paylaşılmaz, paylaşılsa yalnızlık olmaz.' dizeleriyle başlamalısın her güne. Telesekretere; "Şu anda size cevap verebilecek kimse yok belki de hiçbir zaman olmayacak" diye bir not bırakmalı, cevapsızlığa, sessizliğe alışmalısın. Feryada komşuların yetişmemesine, kendinle hesaplaşmaya sessizce ağlamaya alışmalısın.

Senden öncekilerin
Başına gelenler elbet
Senin de başına gelecek biricik kızım.
Bilirsin
Cennet ucuz değil.
Cehennemse lüzumsuz hiç değil.

Kim bilir, özlediğin memleketin, peygamberler diyarının toprağına bir tohum gibi düşerek dünyanın dört bir bucağında şehbal açan ya da ayağı kayıp aşağı düşerken "davam" diyen iniltisinin ta orada makes bulduğu dava adamı her-daim seni teftiştedir ve yalnız bırakmıyordur. Hissedebilirsin...



FOTOĞRAF: AP

Hazırlayan: ALİ DEMİREL

Allah'ı niçin göremiyoruz?

Allah'ı göremeyişimizin pek çok sebebi vardır.
Bunları dört madde halinde özetlemek mümkündür:
1. Yaratılış kapasitemizin Allah'ı görebilecek bir güçte olmaması,
2. Allahu Teâlâ'nın benzer ve zıddının olmaması,
3. Zuhurunun şiddetinden gizlenmesi,
4. İmtihan dünyasının böyle gerektirmesi.
Şimdi bu maddeleri kısaca açmaya çalışalım:

Yaratılış kapasitemiz, Allah'ı görebilecek bir güçte değil

Görme, ihâta yani her şeyiyle kuşatma, içine alma meselesidir. Meselâ, vücudumuzda mikroplar vardır. Hatta dişimizin dibinde belki birkaç milyon bakteri bulunur. Bunlar kendi ellerindeki imkân ve aletlerle, dişimizi yontmaya, yıpratmaya, aşındırmaya çalışırlar. Halbuki biz, ne bunların gürültüsünü duyarız, ne de mevcudiyetlerinden haberdarızdır. Onlar da tamamıyla bizi göremez ve hele katiyyen ihâta edemezler. Esasen, onların insanı görüp tam ihâta edebilmeleri için, onun dışında ve tamamen müstakil olmaları ve aynı zamanda onu görebilecekleri teleskop gibi bir göze sahip bulunmaları lâzımdır. Demek ki, ihâta edemeyişleri görmelerine mâni oluyor. Onlar ise, o anda neyin karşısında bulunuyorlarsa ancak onu görüyorlar.

Mikro âlemdeki bu misâle benzer bir misâl de, makro âlemden verelim. Bulunduğumuz noktadan dünyanın en gelişmiş teleskopuyla gökyüzüne baksak bile kâinatın çok küçük bir kısmını görebiliriz. Çünkü kâinat o kadar büyüktür ki, en gelişmiş teleskoplar bile onun çok küçük bir bölümünü gösterebilmektedir. Dolayısıyla biz, bu durumda kâinatın idâresini, umumi şeklini, muhtevâsını ve mâhiyetini göremeyecek ve idrâk edemeyeceğiz. Çünkü, mikro âlemde olduğu gibi, makro âlemde de tam bir ihâtaya sahip değiliz. Bir de, Allah'ı düşünelim. Peygamber Efendimiz (sas) buyuruyor ki: "Allah'ın kürsisine nisbeten, bütün âlemler çöle atılmış bir halka gibidir." Bu büyüklük ve azamet, insanın başını döndürecek keyfiyettedir. Şimdi, kâinatlara nisbeten mikroskobik bir hüviyette olan bizlerin, bütün âlemleri anlayabilme iddiamız, nasıl abes bir iş ise, aynen bunun gibi bütün mekânlar Rabbimize nisbeten mikroskobik bir varlık hâline gelen; Arş-ı A'zam'ı anlama gayretimiz de o derece abes bir iştir. Kaldı ki, Arş-ı Âzam da ancak, Allah'ın emirlerinin icrâ yeridir. Böyle olunca, Allah nasıl ihata edilip kavranabilir ki?


FOTOĞRAF: AA

hangisi doğru?

1. Mağarada mahsur kalarak kurtulmaları için Allah'a yalvaran 3 kişiden sonuncusu ne yapmıştı?

a) Çalıştırdığı işçilerden biri bir gün alacağını almadan gitti. Gidiş o gidiş. Adam da paranın üstüne yattı.
b) İşçi, yıllar sonra geldiğinde "Hani param?" dedi. Çalıştıran da, "Ben seni tanımıyorum!" dedi.
c) İşçisi ücretini almadan gitmişti, ama o, onun parasını işletti ve geldiğinde, "Şu gördüğün malların hepsi senin. Alıp götürebilirsin." dedi. İşçi şaşırıp, "Benimle alay etme, bana yevmiyemi ver!" dedi.
d) Hiçbirisi

2. Evde ekmeklerin bayatlamaması için ne yapmalıyız?

a) İhtiyacımız kadar ekmek almalıyız.
b) Kalan ekmekleri iyi ambalajlamalıyız.
c) Kesinlikle çöpe atmamalıyız. Yemekler, tatlı ve çorbalarda kullanıp değerlendirmeliyiz.
d) Hepsi.

3. Aşağıdakilerden hangisi bayat ekmekle yapılan yiyeceklerdendir?

a) Peynirli bayat ekmek köftesi
b) Muhammara
c) Kalacuş
d) Hepsi

boşlukları doldur

1. Otuz sene kolaylıkla yaptığın bir işi o anda yapamazsan, hayatında hiç yer vermediğin .... nasıl yapacaksın? Bugün gücün yerindeyken .... et ki kaybedenlerden olmayasın!.

2. Su nasıl ...... söndürüyorsa, ... da hataları siler süpürür.

3. Etkili bir .... için olmazsa olmaz şartlardan biri çocuğunuzu her şeye rağmen .... ve ona .... duymaktır.

doğru yanlış

1. İyi anne-baba olmak için evlilik öncesinde çok fazla kitap okuyup, araştırmaya gerek yoktur. Babadan ne görüldüyse o yapılır.

D Y

2. Çocuğun eğitimi için aceleye gerek yoktur. Biraz büyüyüp yaşı kemale erdikten sonra da eğitilebilir. Ne de olsa çocuktur...

D Y

CEVAPLAR

HANGİSİ DOĞRU
1. c , 2. d, 3. d

BOŞLUKLARI DOLDUR
1. Tövbeyi, tövbe 2. Ateşi, sadaka 3. Ebeveynlik, sevmek, saygı

DOĞRU—YANLIŞ
1. Yanlış, 2. Yanlış.